**יום עיון ואסיפה כללית 23.5.17 – יום שלישי - לציון יום הטרשת הבינלאומי**

**יום העיון מוגש כשירות לציבור באדיבות החברות:
 ★ ג'נזיים ישראל בע"מ ( סנופי אונטיס ישראל בע"מ ) ★חב' מדיסון פארמה
השירות ניתן באופן בלתי תלוי ולא משפיע על תכני יום העיון**

|  |  |
| --- | --- |
| **8:45- 9:45** | התכנסות – כיבוד  |
| **9:45-10:00** | דברי פתיח ה- ג'נין ווסברג, מנהלת שירות לחולה  |
| **10:00-10:45** | **מר עמוס אבישר** מנהל פעילות בקהילה במכון מודע למיינדפולנס מדע וחברה . איש חינוך , ומנחה סדנאות מיינדפולנס **.** **הרצאה :**  **מיינדפולנס,** **או מודעות קשובה,** משולבת היום בשיטות טיפול המיועדות למתמודדים עם מחלות כרוניות ועם לחץ, חרדה או דיכאון. המחקר מראה שעל ידי תרגולים קוגניטיביים שיטתיים בגישה הזו ניתן לאמן ולשפר איכויות נפשיות שעוזרות להפחתת לחץ, והתמודדות טובה יותר עם מה שהחיים מביאים. בהרצאה נכיר מחקרי מוח ופסיכולוגיה על מיינדפולנס, קצת על ההיסטוריה של התחום, ונתנסה בתרגילי מודעות קצרים ופשוטים. **חומר עיוני** קצר על תרגול מיינדפולנס תוכלי למצוא באתר הבית : <http://www.muda.idc.ac.il/he/library/> |
| **10:45-11:00** | שאלות ותשובות |
| **11:00-11:45** | **ד"ר טל ברוריה**  דיאטנית קלינית PhD, המכון האנדוקריני, מרכז סגול להשמנה מטבולית, המרכז הרפואי תל אביב ע"ש סורסקי – איכילוב. מנהלת  מכון פרטי לתזונה נכונה ואורח חיים בריא : " טל הבריאות – המרכז לתזונה נכונה" ברמת רביב , תל אביב.**הרצאה : המזונות שייתרמו לבריאותנו. אלו מזונות מכילים את החומרים הטבעיים שתורמים לחיזוק, לשיפור. איך להפחית את הסימפטומים בעזרת המזונות שנמצאים בסופר השכונתי.** |
| **11:45-12:00** | שאלות ותשובות |
| **12:00-13:30** | **אסיפה כללית** * אסיפה כללית- בניהולו של עו"ד אמיר טיטונוביץ, היועץ המשפטי לאגודה
* אורי ניסן, מ"מ יו"ר וגזבר
* חניתה צנטנר , מזכירת כבוד
* ג'נין ווסברג , מנכ"ל
* הקרנת הקליפ – just the way I am להקת מיראז'
 |
| **13:45-14:55** | ארוחת צהריים  |
| **15:00-15:45** | **ד"ר רוני מילוא**מנהל המח' הנוירולוגית בי"ח ברזילי , אשקלון **הרצאה : טיפולים חדשים בטרשת נפוצה**  |
| **15:45-16:00** | שאלות ותשובות |
| **16:15-16:30** | חברים מספרים " סיפורי חיים " + תעודות הוקרה  |
| **16:30-17:00** |  הופעת הפתעה + כיבוד  |